

다시 푸는 경서

달마 관심론(觀心論) ①

又持齋者 當須會意 不違其理
우지재자 당수회의 부달기리
徒施虛功 齋者齊也 所謂動治身心
도시허공 재지재야 소위근치신심
不令散亂 持者護也 所謂於諸
불형산란 지자획야 소위어제
戒行 如法護持 必無禁六情 制三毒
계행 여법호지 필수금육정 제삼독
勤修覺察 淨淨身心 了如是義
근수각찰 청정신심 요여시의
可名爲齋 又持齋者 食有五種
가명위재 우지재자 식유오종
一者法喜食 所謂依如來正法
일자법희식 소위의여래정법
歡喜奉行 二者禪悅食
歡喜奉行 二者禪悅食
所謂內外澄寂 身心悅樂
所謂內外澄寂 身心悅樂
三者念食 所謂常念諸佛
삼자념식 소위상념제불
山口相應 四者願食
山口相應 四者願食
心口相應 四者願食
심구상응 사자원식
所謂行住坐臥 常行善願
所謂行住坐臥 常行善願
소위행주좌와 상행선원
五者解脫食 所謂心常清淨
五者解脫食 所謂心常清淨

(願食)인데, 다니거나, 머물거나, 앉거나, 눕거나 간에 늘 바른 원을 행하는 것이고, 다섯째는 해탈식(解脫食)인데, 마음이 항상 청정해서 세상 번뇌에 물들지 않음을 말한다. 그래서 이 다섯 가지 깨끗함을 보호하고 먹는 것을 재식이라 하는 것이다. 만약 어떤 사람이 이런 다섯 종류의 깨끗한 음식을 먹지 않고 재계(齋戒)를 지키며 보호한다 한다면 전혀 옳지 않은 말이다.

又言斷食者 斷無明惡業之食
우언단식자 단무명악업지식
世有迷愚 不悟斯理 身心放逸
세유미우 불오사리 신심방일
造諸惡業 食慾欲情 不生慙愧
조조악업 탐자욕정 불생참괴
唯斷外食 自爲持齋 何異癡兒
유단외식 자위지재 하이치아
兒癡死後 稱名有命 必無是處
견라과사시 칭명유명 필무시처
又禮拜者 常如法也 必須理體內明
우예배자 상여법야 필수리체내명
事相外變 理不可捨 事有行藏
사상외변 이불가사 사유행장

모든 계행 법답게 지켜 보호하고 반드시 삼독 끊어 몸과 마음 청정

오자해탈식 소위상삼정정
不染世塵 持五淨食者 名爲齋食
불염세진 지오정식자 명위재자
若復有人 不食如是五種淨食
약부유인 불식야시오종정식
自言持齋 無有是處
자언지재 무유시처

會如是義 乃名依法 夫禮者敬也
회어시의 내명의법 부에자경야
拜者伏也 所謂恭敬眞性
배자복야 소위공경진성
屈伏無明 名爲禮拜
굴복무명 명위예배

또 지재(持齋)라 하는 것도 그 뜻을 잘 알아야 한다. 이치를 모르면 공력만 허비한다. 재(齋)란 가지런하게 한다는 뜻이다. 즉 몸과 마음을 부지런히 닦아서 산란하지 않게 하는 것이고, 지(持)는 보호한다는 뜻이다. 말하자면 모든 계행을 법답게 지켜 보호하되 반드시 육정(六情)을 금하고 삼독을 끊으며, 부지런히 깨닫고 살피는 수행을 하여 몸과 마음이 청정해지는 것을 말한다. 이러한 뜻을 알아야 재(齋)를 지킨다 할 수 있다. 그리고 재계를 지키고 보호하는 데에는 다섯 종류의 식사가 있다. 첫째는 법희식(法喜食)인데, 여래의 바른 법을 믿고 기쁘게 받들어 행하는 것을 말한다. 둘째는 선열식(禪悅食)인데, 안과 밖이 맑고 고요하여 몸과 마음이 늘 즐거움을 말한다. 셋째는 염식(念食)인데, 늘 부처님을 생각하여 마음과 입이 한결같은 말한다. 넷째는 원식

또 단식(斷食)이란 무명과 악업의 음식을 끊는 것을 말한다. 세상의 어리석은 사람은 이런 이치를 모르고 몸과 마음을 멋대로 행동하여 악업을 짓고 정욕에 이끌려도 부끄러워할 줄 모르면서 단지 입으로 먹는 음식만을 끊고 있는 재계를 지키고 보호한다 하니, 이는 철없는 아이가 썩은 시신을 보고 산 사람이라 하는 것과 무엇이 다른가. 전혀 옳지 않다. 또 예배라 하는 것은 법답게 행하는 것을 말한다. 안으로 밝은 것이 이치의 본질이고, 밖에서 변하는 것이 일의 모습이다. 이치는 버릴 수가 없으나 일이란 나가서 행할 때도 있고 물러나 숨는 때도 있다. 이런 뜻을 이해한다면 법에 의지한다고 할 수 있다. 대체로 예(禮)라는 것은 공경하는 뜻이며, 배(拜)라는 것은 굴복한다는 뜻이니, 진성(眞性)을 공경하고 무명을 굴복시키는 것을 예배라고 하는 것이다.

김원각(시인·역경위원)

‘한’ 큰 스님과의 대화

여름특집

해외고승편Ⅳ

마하 고사난다(캄보디아 종정)

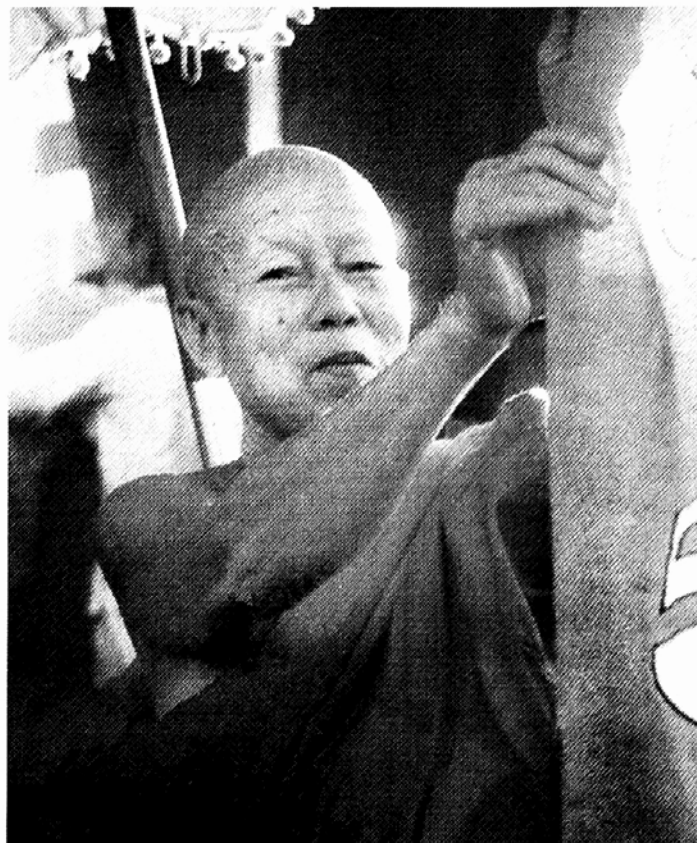
‘모든 생명 이롭게’ 사명으로 여기면 보리심 익어요

인류 역사는 '갈등과 전쟁의 연속'이라고 해도 과언이 아닐 만큼 분쟁이 계속돼 왔다. 지난 세기에 수천 만명의 목숨을 앗아간 제1·2차 대전이 대표적인 예이지만, 지금도 세계 30여 곳에서 크고 작은 전쟁이 계속되고 있어 평화의 희구를 하는 사람들을 안타깝게 하고 있다. 내전으로 170여 만명의 사람들이 죽어간 캄보디아, 캄보디아 내전에 맞서 비폭력 평화 운동을 꾸준히 전개해 왔고, 전쟁이 끝난 후에는 국민들에게 재건의 용기와 희망을 심어주고 있는 캄보디아 종정 마하 고사난다 스님. 스님에게 왜 이 세상은 시끄럽고 갈등투성이며 전쟁이 끊이지 않는지, 그것을 뿌리 채 잘라내고 온전한 조화와 균형 그리고 평화와 행복을 찾을 수는 없는지 가르침을 청했다. 스님의 저서 <한 걸음 한 걸음>(Step by Step: Meditation on wisdom and compassion)과 <과연 누구 적인가(Who is the Enemy)? '평화는 우리 모두의 목표(Peace is our common goal)' 등의 주제 법문 중에서 중요 부분을 뽑아 대담 형식으로 재구성했다.

가끔씩 충동적으로 가질 수 있는 이와 비슷한 감정들은 진정한 보리심이 아닙니다. 그런 정도의 동기를 갖고는 보살의 수행을 감당하지 못하기 때문이죠. 참된 보리심은 서서히 익는 법입니다. 오랜 단련을 거친 다음에 비로소 현재의 마음이 참된 보리심으로 바뀝니다. 사울을 포박 끊는다면 오로지 밥 생각만 일념으로 나뉘지오. 그러한 일심으로 보리심이 굳고 한결같은 사람을 보살이라 부릅니다. 보살의 덕(德)은 마치 허공처럼 제한이 없습니다. 그런 까닭에 보살의 사소한 덕 행조차도 일반적인 커다란 선행보다 비교할 수 없을 만큼 위대한 것입니다. 죽어가는 행위의 동기가 자신, 혹은 어느 특정한 무리를 위한 게 아니고 모든 생명 모두를 목적으로 할 때, 그 행위의 결실 역시 제한이 없다는 것이죠. 모든 생명들을 이롭게 하려는 자비심은 깨달음을 얻는 데에 소요되는 시간을 단축하며, 모든 수준 높은 수행의 뿌리입니다. 아무리 오래 경전을 공부했다 하더라도 보리심을 지닌 보살의 단 일분간 명상한 성과에 미치지 못합니다. 모든 생명들을 구제함을 스스로의 사명으로 여기고 어떤 어려움도 겪어내겠다는 각오를 굳건히 하면, 마음은 더없이 고요해집니다. 자비와 사랑의 성스러운 물이 마음의 모든 굴곡을 덮고 잔잔하게 고이는 까닭이죠. 스스로의 이해 관계에 따라 좋아하는 사람, 싫어하는 사람, 증오하는 사람, 무관심한 사람 등으로 차별하는 것은 배탈이진 마음입니다. 어떤 경우에도 흔들림 없는 마음의 평정은 끊임없는 명상을 통하여 개발되고 유지될 수 있습니다. 일상 생활에는 마음의 고요를 방해하는 세속적 요인들이 너무나 많아요. 보리심은 순식간에 얻어지는 일이 아닙니다. 마치 빌딩을 짓는 일과 흡사합니다. 수십층의 건물이 단번에 지어질 수 없듯이 우선 땅을 편편하게 다져야 하고, 여러 가지 건축자재를 확보한 다음 1층부터 올라가야

스님은 캄보디아 전쟁중에도 계속해 비폭력 운동을 전개해 오셨고, 내전이 끝난 후에는 국민들에게 용기와 희망을 심어주어 재건의 기틀을 다지는 일에 몰두하고 계시다고 들었습니다. 이같은 힘은 어디에서 나오는 것입니까?
- 보리심(Bodhicitta)이죠. 그 마음은 자신과 같은 처지에 있는, 옹호하는 생명 모두를 연민하는 마음에서 비롯됩니다. 그들을 괴로움으로부터 건져내고 모두가 바른 깨달음을 얻도록 해주려는 마음에서 보리심이 나오는 것입니다. 즉, 보리심은 모든 생명들을 구제할 목적으로 최고의 깨달음을 얻으려는 바램이라고 할 수 있으며, 모든 생명들을 위해서 언제든 자기 자신을 희생하겠다는 신념입니다. 비록 지금 당장은 그럴 능력이 없지만, 부처님의 깨달음을 얻으면 자신이 완전히 자유로워지고 더불어 모든 생명들을 이롭게 할 수 있는 자비심과 능력이 생깁니다.

가끔씩 충동적으로 가질 수 있는 이와 비슷한 감정들은 진정한 보리심이 아닙니다. 그런 정도의 동기를 갖고는 보살의 수행을 감당하지 못하기 때문이죠. 참된 보리심은 서서히 익는 법입니다. 오랜 단련을 거친 다음에 비로소 현재의 마음이 참된 보리심으로 바뀝니다. 사울을 포박 끊는다면 오로지 밥 생각만 일념으로 나뉘지오. 그러한 일심으로 보리심이 굳고 한결같은 사람을 보살이라 부릅니다. 보살의 덕(德)은 마치 허공처럼 제한이 없습니다. 그런 까닭에 보살의 사소한 덕 행조차도 일반적인 커다란 선행보다 비교할 수 없을 만큼 위대한 것입니다. 죽어가는 행위의 동기가 자신, 혹은 어느 특정한 무리를 위한 게 아니고 모든 생명 모두를 목적으로 할 때, 그 행위의 결실 역시 제한이 없다는 것이죠. 모든 생명들을 이롭게 하려는 자비심은 깨달음을 얻는 데에 소요되는 시간을 단축하며, 모든 수준 높은 수행의 뿌리입니다. 아무리 오래 경전을 공부했다 하더라도 보리심을 지닌 보살의 단 일분간 명상한 성과에 미치지 못합니다. 모든 생명들을 구제함을 스스로의 사명으로 여기고 어떤 어려움도 겪어내겠다는 각오를 굳건히 하면, 마음은 더없이 고요해집니다. 자비와 사랑의 성스러운 물이 마음의 모든 굴곡을 덮고 잔잔하게 고이는 까닭이죠. 스스로의 이해 관계에 따라 좋아하는 사람, 싫어하는 사람, 증오하는 사람, 무관심한 사람 등으로 차별하는 것은 배탈이진 마음입니다. 어떤 경우에도 흔들림 없는 마음의 평정은 끊임없는 명상을 통하여 개발되고 유지될 수 있습니다. 일상 생활에는 마음의 고요를 방해하는 세속적 요인들이 너무나 많아요. 보리심은 순식간에 얻어지는 일이 아닙니다. 마치 빌딩을 짓는 일과 흡사합니다. 수십층의 건물이 단번에 지어질 수 없듯이 우선 땅을 편편하게 다져야 하고, 여러 가지 건축자재를 확보한 다음 1층부터 올라가야



비로소 공사를 설계대로 진행하게 됩니다.

전쟁을 끝내고 지금 활발하게 재건하고 있는 캄보디아의 국민들에게 국난을 극복하고자 간절하게 해주신 스님의 말씀 하나 하나는 소중하며 큰 힘이 되고 있다고 들었습니다. 그 말씀은 기아, 환경, 전쟁 등의 오늘날의 여러 문제에 노출되어 있는 현대인들에게도 시사성이 될 수 있다고 생각합니다. 고난을 어떻게 극복해야 하는지요.
- 어떤 마음으로 수행하고 어떻게 해야만 이 국난을 잘 극복할 것인가를 항상 부처님의 가르침 속에서 찾아야 한다고 말하는 수밖에 다른 말이 있을 수 있겠습니까. 일반적으로 우리는 의사를 전달하는 방법으로 몸과 말과 마음, 이 세 가지를 갖고 있습니다. 마음과 말과 몸이 한결 같으면 충과 대립이 없어져서 어느 정도 평온을 얻게 됩니다. 그래서 우리는 이 세 가지를 잘 조절하는 사람을 가리켜 진정한 '수행자'라고 하는 것입니다. 현재에 자신이 태어난 가족을 선택하는 문제가 전에는 지은 업과 밀접한 관계가 있다는 사실을 대입시켜 보세요. 주위 사람들과 더불어 이 위기를 극복하는 데는 현재의 환경과 행위가 보다 직접적인 관계를 갖습니다. 가족간의 관계, 국가간의 관계가 이어지고 확장돼 세계가 되는 것임을 명심하세요. 세상을 잘 돌아가게 하려는 주변사람과의 관계도 빠뜨릴 수 없는 것입니다. 친절하고 주변으로부터 환영받으며 탐욕이 없고 이해심이 깊으며 조정자로서의 평정함과 침착함을 잃지 않

약력

- 1929년 캄보디아 타케오 생
· 1943년 티케오 인근 사원에서 출가
· 53년 인도 나란다대 수학
이후 일본, 태국, 미얀마 등지에서 명상 공부
· 80년 UN 산하 기구 '평화 계획' 설립
이후 '평화를 기원하는 기도의 날' 제정
· 88년 캄보디아 최고(最高) 종정에 추대
이후 로마, 미국, 티베트, 영국, 호주 등에서 순회법회
· 92년 세계 인권상 수상
· 98년 니와노 평화상 수상

는 사람은 훌륭한 평판을 얻게 되지요. 관대함, 자애로운 말, 모든 사람들에 대한 착한 행위, 모든 일에 있어 공정함 등. 이러한 것들은 마치 수레가 바퀴를 축으로 해서 바르게 나아가듯이 실제로 세상을 원활하게 돌아가게 하는 것이죠.

- 스님께서 항상 강조하고 있는 '몸과 마음 그리고 말이 서로 충돌하지 않고 평안을 유지하는 상태'를 얻기 위해서, 우리들은 어떤 노력을 해야 하는지요.
- 인생이란 서로 상반되는 것들 사이를 끊임없이 왕래하는 변화무쌍한 것으로, 여기에는 '생기고' '멸하고' '상공하고' '실해하고' '열고' '열고' 하는 것 등이 있습니다. 이것들이 반복되면서, 우리는 그 모든 것에 대해 일일이 행복과 슬픔,

28분 안에 선승과 같은 명상상태 돌입!

Advertisement for 'Mind Tech' (마인드테크) featuring 'Mega Plus' and 'Ora In-Dong Kwon' products. It describes how these products help achieve a meditative state quickly. Includes a photo of a man and a list of contact information for Mind Tech products.

Advertisement for 'Shinshik Gyeongjeong' (선식 경정콩) by Bumsu. It promotes the health benefits of the product, particularly for heart and kidney health. Includes a photo of Bumsu and a list of contact information.

Advertisement for 'Modern Buddhist Newspaper' (현대불교신문사) listing phone numbers for various regional offices across South Korea.